長壽

于右任

每份四分　第八十期
中華民國念二年十二月十五日
每逢星期五出版　全年五十期　連郵二元　國外加倍
館址　上海三馬路雲南路口幸福書局內

◉內政部登記證警字第一一二七號◉

◉本報特聘請　吳之屏 方家楨　大律師爲常年法律顧問◉

□本期目錄

□卷頭語　怎樣產生美麗的孩子
□小兒病　小兒傷風　糾正兒童不衛生之習慣
□青年病　手淫及其結果　花柳病與結婚
□實用驗方　蜘蛛瘡方　蟻窩瘡方　鼻內生疳蝕爛方　久痢方　赤白濁秘方　遺精良方　吐血奇驗方　坐板瘡　治角虱方　金鎗藥　禁口痢疾　爛喉急症神方　黃水瘡神方
□醫藥顧問　消滅疤痕　乳頭疼痛　遺精而至滑精
□婦女病　妊娠期內的衛生　閉經與乾血　女子常有的幾樣病
□普通病　胃病養生法　瘧疾自療法
□用藥指南　獨活藥性之淺解

□怎樣產生美麗的孩子

（亦羣）

小兒在胎裏。做母親的。總是要格外留意。一視一聽。一舉一動。都要隨時謹慎。不可冒昧疏忽。因爲孕婦能感形變胎。人家都說孕婦不可看猴子。因爲多看猴子。生出小兒來。面孔要像猴子一般。多吃螃蟹。分娩時候。或恐要橫腰產生。如一隻手先伸出來。俗名討鹽生。現在有一個例子。足爲感形成胎的鐵證。我寫出來給大家看看。

前年遼寧有一個製鹿茸的專門家。他家中的婦人懷着孕。天天去喂鹿。日後胎兒出世。頭生兩角。和鹿角一般。又有一孕婦。喜歡看哈哈鏡。常到游戲場裏照去。引爲笑樂。後來產生一個奇形怪狀的孩子。

現在科學發明。法國有位生理學家。根據這個原因。他專門提倡產生好孩子。特地在巴黎設立一所「美兒院」凡屬孕婦。要產生好孩子的。叫他們住到這院裏去就行。據說這院子裏。設計注重於美感。處處是美。風景美。園藝美。佈置美。裝飾美。環境美。天然美。孕婦遊散其間。處處得着美感。有引人入勝的山水。有活色生香的花果。還有金魚翠鳥。疊石疏泉。一到華燈初上。更有美麗女郎。宛囀歌舞。孕婦身入其中。耳目所娛。身心俱快。天天悶醉於美的空氣中。自然忘懷了院外一切愁城。到了產兒的時候。不論男的女的。一個個美貌天成。雪白可愛。聞這位生理學家。倘擬於各大名區。多設分院。果能擴而大之。將來美的結晶。或造成美世界。不獨女子中。沒有無鹽嫫母的醜相。而且男子都爲衛玠潘安一流的美。這段新鮮新聞。不可不佈告大衆。所以我要來介紹介紹。

實用驗方

□三槐醫室驗方（下）

（王象涵）

□蜘蛛瘡方
用山甲五錢。同鴿糞炒黃色爲末。塗之卽奏神效。

□蟻窩瘡方
用山甲三錢研末。麻油調擦卽愈。屢試屢驗。

□鼻內生疳蝕爛方
青靛搽患處。每日十次、每夜五次。三四日乃愈。

□久痢方
用臭椿皮五錢。酒煎立服立愈。

□赤白濁秘方
兼治夢遺遺精。生大黃三分。生雞子一個。將雞子敲破一孔。入大黃末在內。紙糊煮熟。空心吃之。四五朝卽愈。神奇秘方。

□遺精良方
五倍子醋打爲餅。貼臍上卽不遺。

□吐血奇驗方
劉寄奴一兩。雞子十枚。用水七碗。煮五枝香爲住。每日食雞子一枚。連汁服下。均作十日吃完。不再發。

□坐板瘡
老絲瓜子煨灰。敷之其效如神。

□治角虱方
生在陰毛中。宜急治。不然損命。男女並用用白果不拘多少打爛。擦患處卽愈。

□金鎗藥　此方傳自軍中。
松香一兩。用水煮過數次。多多更妙。桑枝皮一錢。燒灰存性爲末。傷處擦上神效。

□禁口痢疾
蘿蔔用布擦淨污泥。不可水洗。打碎。取汁一大茶杯。煮半熟。將白蜜小半杯冲入。撬齒灌下。卽愈。有起死回生之效。

□爛喉急症神方
白礬研末吹入喉中卽愈。

□黃水瘡神方
蠶豆殼煨灰菜油調敷。卽愈。

●求孕與避孕續集　今日出版

▲指示男女雙方不孕之原理以及求孕訣門
▲公開女子因體虛而怕孕之一切避孕良方
▲解決男子因經濟困難而欲節制生育問題

（一）生理篇
甲　生殖之工具
◉腦髓骨脈膽女子胞合論
◉生殖腺之內分泌
◉精液之研究
◉精虫之研究
◉卵之研究
◉月經與卵巢之關係
乙　結胎之原理
◉受精現象
◉一胎數子之研究
◉胎生男女之理由
（二）不孕之原因
◉不孕須雙方負責
◉無子原因及其挽救
甲　男子方面
（子）包莖
◉包莖之研究
◉龜頭不脫與生育
◉患包皮之友人
（丑）精衰
◉精清立愈法
◉精滑不育之自療
◉精冷立愈法
◉精寒不育之自療
（寅）陽萎
◉陽萎之原因及療法
◉陽萎治驗
◉陽莖短小驗方（附）
（卯）淋濁
◉淋濁造成之原因
◉淋病的研究
◉淋病問答
◉白濁治法
◉老白濁治法
（辰）梅毒
◉梅毒概要
◉梅毒之第一特效藥
◉公開三張梅瘡經驗方
◉紫金丹治梅毒之神效
◉梅毒惡瘡靈藥
乙　女子方面
（子）月經不調
◉月經不調
◉月經病之三大原因
◉經閉
◉行經困難
（丑）白帶
◉調經之要義
◉白帶與白淫白濁之研究
◉血崩與白帶
◉白帶概論
◉八種帶下之自療法
◉白帶轉赤帶之療法
◉治白帶年久不愈方
（寅）其他
◉體肥不孕
◉身瘦不孕
◉下部寒冷不孕
（三）求孕
甲　求孕術
◉無嗣者之座右銘
◉求孕術
◉求孕與節慾
◉求孕者當擇時行房
乙　求孕方
◉種子方
◉育子神方
◉痛經不孕之良方
◉血虛經閉種子良方
◉男性種子方
◉求孕實驗方
（四）診斷
◉妊娠之診斷
◉孕之有無
◉預知胎兒男女法
（五）流產與安胎
甲　流產
◉流產問題
◉談談流產
◉房事與流產
◉胎漏與流產
◉流產之預防
乙　安胎
◉安胎論
◉安胎問題
◉忠告姊妹界之保產要言
◉安胎神效方
◉保產四驗方
（六）避孕
◉多子之痛苦
◉疾病與避孕
◉節育原因與避孕方法
◉節制生育之三法

每冊實售大洋五角寄費九分如與初集同購計洋一元寄費一角另贈凍瘡治療法一冊

上海三馬路雲南路轉角　幸福書局發行

上海幸福書局出版

書名	冊數	價目
長壽彙選第一集	一冊	實售大洋六角
家庭醫藥常識	一冊	實售大洋八角
婦女病全集	二冊	實售大洋一元
腎病研究全集	二冊	實售大洋一元
百病秘方	一冊	實售大洋四角
保腦新書	一冊	實大大洋四角
怪病奇治	一冊	實售大洋八角
花柳病治療學	一冊	實售大洋三角
咳嗽自療法	一冊	實售大洋二角
幸福報第七集	一冊	實售大洋一元四角

書名	冊數	價目
盧勞五種	一冊	實售大洋五角
民衆醫藥常識	四冊	實售大洋一元二角
性病指南	一冊	實售大洋五角
家庭醫藥顧問	一冊	實售大洋一元五角
國民醫藥須知初集	二冊	實售大洋一元五角
國民醫藥須知二集	一冊	實售大洋一元五角
中西醫藥講義	二十六冊	實售大洋八元
中國針灸治療學	一冊	實售大洋一元八角
遺精廣論	一冊	實售大洋五角
求孕與避孕	一冊	實售大洋五角

上海三馬路雲南路轉角

小兒病

小兒傷風

（尤學周）

傷風之症。依普通之所指。大約可分爲三種不同之現象。其一。僅見咳嗽。並無其他現象者。名曰傷風咳嗽。其二。不發咳嗽。而鼻流清涕。或則鼻塞不通。多濃涕。時時作嚏。名曰傷風鼻塞。其三。頭部脹疼。肌膚灼熱。而形寒畏風。名曰傷風發熱。此三者。非病證之輕重。乃病根之不同耳。風寒觸於皮膚。刺激末稍神經。以致毛竅閉塞。溫度不能外散。有增無減。於是體溫失節。故頭疼。發熱。惡寒。風寒觸於鼻腔。鼻道粘膜發炎。分泌加盛。則鼻竅壅塞。流下清涕。同時因發炎而刺激嗅覺神經。神經興奮。則作噴嚏。風寒偶然觸於喉頭氣管等處。因發炎而分泌加盛。故咳嗽而多痰。傷風發熱。投以發散之劑。如荊芥。薄荷。葛根等。汗出卽愈。如審係鼻腔喉頭氣管等處。因傷風而致咳嗽或鼻塞。宜酌用半夏。象貝。陳皮。桔梗。牛旁子。杏仁。姜蠶。蟬衣等品。

小兒傷風。與大人無異。惟小兒體質脆弱。抵抗力不足。不加注意。往往併發他證。如咳嗽不止。每易變成肺炎。或百日咳。及肺癆等證。春秋二季。爲寒暑轉變之時。忽而寒氣凌入。棉衣猶覺單薄。忽而暖氣飛騰。單衣倘覺煩悶。衣服失調。最易傷風。而斯時又爲痧子盛行之期。痧邪乘機傳染。爲害非淺。

糾正兒童不衛生之習慣

（佩萸）

（一）嗆拇指

有幾個母親寵愛小孩子。看見伊的嬰孩把拇指伸進嘴去含着吃着的時候。便要這樣的說。「看這個小寶貝啊。嗆他可愛的拇指。滋味怪好的吧。寶寶眞乖啊。」伊只知道看看有趣。喊着乖巧。却做夢也不會想到這種擒拇指的習慣。足以傷害伊嬰孩的健康啊。

嗆拇指使牙床（卽上下顎。）繼續不斷地工作。這種恆久不絕的運動。足以使嬰孩長成一副「長」面孔。很不雅相。而且繼續不絕地摩擦拇指的柔軟的皮膚。足以使新生的牙齒。受了推動而成前傾或歪斜。甚至突出等惡相。有這種習慣的嬰孩。時常把上嘴唇推到鼻孔上去。以致妨礙嬰孩的呼吸。還有一樣最大的危險。就是小小的拇指。却帶進了許多的細菌到嘴裏去。

假使你的嬰孩已經有了擒拇指習慣。趕快阻止他。矯正他。嬰孩的嘴。繼續不絕地工作或運動。是不需要的。在嬰孩出牙齒的時候。他拿着咬或擒的東西。樣樣要審愼地檢查過。絕對清潔的。纔可給他。否則爲害不淺。總之。養育你的嬰孩。寵愛和衞生。要同時兼顧的。一味的溺愛。任他擒拇指。咬東西。那不是愛他。却是害他。

（二）嗜糖癖

就大多數的情形而論。小孩子的討糖果或蜜餞來吃。是很普通而合乎正則的。但是。假使這種喜歡吃糖的慾望是被他物所引起的。或是任性爭多的。那麼就不能說合乎正則。且要進入不自然之境。至於嗜糖而成癖。那是有害身體。有礙健康了

有許多孩童。因爲不自然地養育和進食。以致養成這種違則而異常的嗜糖癖。所謂不自然地養育和進食。就是說他們日常所吃的菜餚。種類不甚平均。不甚健全。無益於衞生。有害於身體。常吃十分自然的食物而長成的孩童。能夠養成一種對於食物常是很合正則地滿意。而對於蜜餞糖果。不致有大而且野的嗜好。若是一個孩童的食品。是錯誤地支配。而去刺戟食慾的。那麼他便要養成一種樣樣東西都要的錯誤要求。一切困難由此而生。

養成這種違則而異常的嗜糖癖。還有一個緣故。那就是在孩童的食品中。缺少了充分的生蔬菜生水菓。每一個小孩子應該從小就吃這種生東西。差不多要是吃了這些東西而長大起來的。每天一種相當分量的生蔬菜生水菓。應視爲必不可缺、「一日不可無此君」的一句話。不妨借來作我們支配食品的座右銘。葱苣萵。番茄。甜菜根。胡瓜。水芹菜等。對於嗜糖癖都能產生一種解除力。都能帮助長成。一個强壯健全。而血液淸潔的孩童。

我知道有一個小孩子的嗜糖癖。是靠蘋果來治好的。醫生關照他的母親說。家裏要常備而多備生蘋果。無論何時。這個孩子要討糖來吃。就給他一隻生蘋果。教他嚼來吃。不久嗜糖癖解除了。小孩子的健康也就恢復。體重加多。智慧增進。從前。他是一個身體很軟弱。智慧漸退化。愚笨純遲一類的孩子。蘋果淸他的血液。矯正了他的違則而異常之嗜糖癖。使他的長育入於正軌。成爲一個健全的人。

上海新新公司　常年醫藥顧問
朱振聲醫士
上海世界書局　常年醫藥顧問

診例

（甲）門診一元　號金不取
（乙）出診四元　路遠遞加
（丙）膏丸方四元　隔日取件
（丁）外埠問病二元　原班回件
（戊）急病隨請隨到

時間　門診上午九時至下午四時止　出診四時以後
診所　上海雲南路會樂里第一弄第一家
電話　九一四九二
掛號處啓

青年病

手淫及其結果

——（姚爾昌）——

凡是用不正當的方法去滿足性慾。達到排精的目的。這就是稱爲手淫。不論男子或女子。都可以發生。還有一種精神的手淫（或謂意淫）。就是不用手指或其他任何器物去摩擦生殖器。而在腦中想像與異性性交。招引快感而至排精。

關於手淫發生的原因。非常繁多。一般地說來。可有下列數種。（一）一個人最早的手淫。發生在小兒時期。兩三歲或三四歲的小兒。因搔癢或其他關係。用手摩擦外陰部。無意地發生一種快感。於是從此而後。便不絕地玩弄陰部。這是手淫的初步。（二）學齡兒童。在學校裏的時候。往往容易有手淫的行爲。這大都從年長的同學這裏傳受而來。（三）一個人在發育的時。卽在十四五歲至十六七歲的時候。一方面生殖器膨脹。一方面情慾昂進。因爲找不到合理的發洩機會。遂發生眞正的手淫。（四）寡婦鰥夫。因爲找不到異性的伴侶。不能及時滿足他們對于性慾的需求。往往也要手淫。（五）手淫不一定發生沒有異性侶伴的人的身上有一種已婚的男子或女子。因爲對方滿足另一方面的性慾。也容易發生手淫的惡義。在大體上。女子多于男子。因爲女子的性慾往往比男子强盛。而且延常的時間較久。

手淫的勞精傷神。較性交爲烈。這是誰也曉得的。而慣行手淫的結果。其爲害更甚於過度的性交。這也是必然的現象。在小兒時期有手淫習慣的。他們的生殖器局部因過度的摩擦。往往有充血潮紅諸現象。女孩子也有輕度的臨炎。經過許多日子以後。就有虛弱。貧血。面色惡劣諸病象。而舉止滯鈍。記憶力薄弱。容易疲勞。還是較輕的症狀。發育時期染有手淫習慣。或小兒時期的手淫習慣。到發育時期。尙未停止。那末對于身心的損害。是非常可怕的。任肉體上。肌肉疲削。食慾衰退。心悸頭昏。發育不全以及腰痠背痛。耳鳴目眩等症。將如洪水的襲來。在精神上。則成年後性能薄弱。腎萎早洩。遺精。滑精。見色流精。精神疲乏。記憶力減退。抑鬱寡歡。萬事消極。終至形成可怕的神經衰弱症。把一生幸福。遠大前程。盡付東流。

花柳病與結婚（上）

仲祜

花柳病與婚姻之關係。猶患結核幷精神病與婚姻之關係。然其數之多。害之甚。則有過之。淸淨無垢之女子。忽罹重病。甚至失生活之力。喪育子之樂。卽幸而妊娠。概爲小產。又幸而能生兒。則兒概虛弱。當早晚與母同其運命。雖知此不幸爲自信潔白之夫。婚姻前不愼品行所致。欲求離婚。其目的不可達。是乃法律上不完全之處也。

花柳病有三種之區別。卽下疳徽毒及淋病是也。此病在結婚後發生。而夫婦中任一人以情交得此病者。不過單純之法律問題。若反之結婚前已罹花柳病。結婚後始現其結果。而從其種類生重大之關係。此中下疳易治。可俟全治後結婚。間或下疳有因橫痃之久化膿者。亦不至失生殖力。害妻及子之健康。茲姑不論。第論徽毒與淋病。

徽毒之危害有三種。其一爲結婚前健康夫婦中一人感染之。其二爲妊娠之胎兒流產。或所生之小兒虛弱。其三爲注意治療之後。再發徽毒。或爲第三期性起腦髓病者。次第進行。至成一家之大不幸。欲判此三種危害。可於其罹徽毒後而始結婚。或結婚後始罹徽毒等決定之。徽毒之治。有在三四年或八年至十年。普通五年。最後二年間全無病徵。於結婚前行驅梅療法一次。結婚後概無危害及於妻子。然是不過據其大概言之且貌若健康。其生兒如有麻痺。進行性筋消耗等之神經病。則均爲遺傳性徽毒。而且罹徽毒者。或起脊髓癆及腦軟化。故醫師不能保其十分安全。若欲與患徽毒一次者結婚。亦不可不自悟其危險。然人每謂此危險無多。尙恐因此危險而終身禁其婚姻。則其弊害轉覺不少。反不如許其婚姻爲便也。

若未經五年而與患徽毒者結婚。則其危險必多。此時不獨有傳染其妻之恐。其害幷能及於所生之小兒。間有不起危險者。亦幸事耳。蓋睪丸縱不失生殖力。而其妻之妊娠。必爲流產。無得子之望。卽能生產。而小兒必成廢疾。（未完）

用藥指南

朱振聲

（四十六）獨活（苦甘平入肝腎暨小腸而膀胱）

□風寒溼痺 經云。虛邪搏於皮膚之間。其氣外發腠理。開毫毛。留而不去爲痺。風寒溼三氣之中。風氣勝者爲行痺。獨活善去腎經之風。治風邪客於腎經。腰間行痺疼痛。最爲特長。

□筋骨攣疼 寒風襲於筋。則筋中血凝。拘攣不利。若留於骨。則骨間髓瘀。疼痛不靈。獨活宣理伏風。風邪外達。血髓流通。筋得血養。則攣舒。骨得髓灌。則疼止。

□頭旋掉眩頸項難伸 太陽之脉。起於頭之目內眥。頸項亦爲太陽經所過之部分。風寒之邪。中於其經。循經上升。至頭額則掉眩。至頸項則拘强。羌活善去太陽之風。風邪能解。則清陽之氣。可以上升。氣血可以流行。經絡能舒。諸恙霍然。

□風熱齒痛稱良 齒爲骨之餘。骨爲腎所主。腎經有風熱。則骨髓暗耗。齒失涵養。故齒作痛。欲療此疾。當與升麻同用。蓋升麻主升。引藥上達。獨活主散。以祛風熱。

□奔豚疝瘕並治 奔豚之症。由心腎火衰。心火不能下降。命火不能蒸動膀胱氣化。致寒水無所畏。由下上衝。胸腹作痛。痛不可忍。疝瘕二症。亦有因肝腎虛寒。濁氣不化。下結於陰囊。偏疝腫硬。皮色不變。內結於小腹。時有時無。瘕塊作痛。獨活爲風藥。性長於流行。能通陽氣。而化寒濁。

□遺精敵

敬啓者今之藥商每以僞藥欺人上海一隅幾乎觸目皆是以致病家無從選擇而其中以遺精一藥爲尤甚讀其廣告靈驗無比購而試之效等於零每使病家感有錢無處買藥之痛苦今鄙人有鑒于此本良心之主張發行遺精之靈藥以濟世人考遺精一症分有夢無夢二種究其原因莫不由于腎虛所致蓋腎虛水虧則相火旺盛鼓動精房夢遺作矣腎虛精關不固則精不內藏滑洩成矣本丸藥力眞實專補腎精無論有夢無夢均有藥到病除之功先祖自發明以來治愈甚衆鄙人因上海幸福書局徵求靈藥特願公開濟世以利病家每盒祇收成本一元分六次服用淡鹽湯送下是否有效服後便知

北京王德仁謹識

幸福書局代售各種良藥

地址 上海三馬路雲南路轉角

遺精敵
有夢而遺 無夢而洩 久患新起 服之如神
每盒大洋一元

保腦丸
用腦過度 鼻流濁涕 腥臭異常 一服即愈
每盒大洋五角

白濁丸
白濁初起 溺管刺痛 止濁定痛 效如桴鼓
每盒大洋一元

吐血靈丹
肝火犯肺 肺絡損傷 痰紅吐血 服之立止
每盒大洋五角

獺肝定痛散
女子善鬱 肝病時發 獺肝定痛 靈驗無比
每盒大洋四角

醫藥顧問

本欄由朱振聲醫士答

□消滅疤痕

（問）鄙人額角之處。有一疤痕。如蠶荳一半之大。稍帶微黑。此疤痕微黑用何法除之。又頭角之處。沒有頭髮如錢之大。此髮又用何法再生。懇請貴社賜示。（陳家驥）

（答）疤痕無法。可以消滅。如疤中無髮。因髮根已破壞。亦無法再生。否則可用生姜。日日擦之。

□乳頭疼痛

（問）鄙人在處女時。乳頭如被衣服擦着。即覺疼痛。今生產後哺乳之時痛苦萬分。據年長者言。新乳均有如此情狀。後以一乳授之。時痛少改。今已三閱月矣。惟日昨忽而復痛如前。未悉此症何法。可以治之。素慕大醫士醫學深淵乞賜良方。至感。（丁曼麗）

（答）乳頭被衣服擦着而疼痛。或係皮膚嬌嫩之故。產後因乳房膨脹。益易與衣服按觸。可擇柔輭之料。以作內衣。如乳頭腫脹。按之有硬塊者。當服藥調理。苟無此證。亦不必調治也。

□遺精而至滑精

（問）讀大作。病理的詳述。解釋的清晰。細閱之下。纔知道是先生的大作。宏論。的確。在淫浪狂篩的社會裏底青年。淘醉。甚至終身沉淪呢。先生。肯詳告病途。避免。治療之法。眞猶苦海明燈。先生。請你不要討厭我的魯蘇。請你聽我的苦訴吧。但是病「遺精」有神經衰弱而促成者。有過勞而罹病者。有縱淫而患症者。種病起原不一。所以我亦告明的一節。我今年十九歲。約於十七時。任充洋貨店學徒。即患此病「遺精」。當時不過按月二次等情。體格康健途徑。一無阻碍。奈何日復一日。時局轉變。環境隨遷。逆料喪身之禍根。在此種定了。我老實告訴你吧。沒有錢。找不起醫師。祇有聽天由命。今年。不對了。精如水耗。先生，我那無補之軀。怎受得起暴雨的摧殘呢。形容日現枯槁了。我「遺精」更進而至「滑精」了。隔日「眼花。頭暈。腰酸。四肢乏力。」那年未老而精神先退的惡態。那是多麼慘喪呵。先生。我還未娶妻。我亦不曾犯過手淫。我想一定過勞吧。不然怎麼會三四天一次呢。暗思醫師是慈善的。尤其是先生吧。一定肯救我那無靠的苦孩的。先生照前面病象。可以用什麼方子纔可治愈。而且省錢。先生。慈悲請你救我。愈後登報鳴謝。敬祝。着手成春。（王俊名）

（答）遺精一症。已成爲青年普通之病症。久而不愈。元陽虧耗。將失其康健之幸福。然亦不致招「喪身之禍。」望勿過於焦慮。此種慢性病。一時亦無法使之斷根。「聽天由命」主義對付此病。甚爲合法。然既患此症。當節勞省神。種種妄想邪思。益當遏制。省錢之方。莫如購服現成藥丸「金鎖固精丸」。似可一試。

婦女病

妊娠期內的衛生

——麗君——

婦女在妊娠的期內。應該十分注意衞生。因爲妊婦稍有不適。不特不能保持自已的康健。並且影響到胎兒。關係很大。現在把妊婦應該注意的地方。記在下面、

A妊婦的精神。應該使她愉快。最好叫他聽微妙的歌聲。清脆的鳥語聲。和洽的絲竹聲。切忌以悲泣的事情。去激動妊婦的感情。

B每天須有九小時的睡眠。使身體和精神兩方面。得充分的休養。但朝上應早起。以呼吸新鮮空氣。

C有二三個月身孕的婦人。必定發生惡心。不時嘔吐。歡喜吃酸性食物。如橘子。青梅之類這時候應該停止運動安心調養。食物應選擇淡薄而容易消化的。

D妊婦的衣服須特製。比平常穿着的須寬大一些。以免胸腹被壓。阻礙血液的流行。致胎兒不能充分的發育。

E妊婦的乳房。須不時洗滌。以除去汚穢。產前的兩三個月、尤應每天用溫水洗滌兩次。

F妊婦不應交媾。因爲一交媾。胎易受胎毒。至五月以上。則交媾後。胎兒就要變動位置。易致小產和難產。

G妊婦不應吃喝含有刺激性的食品和飲料。如薑椒大蒜葱芥末濃酒類。

□經閉與乾血

(丁仲英)

婦女月經。除妊娠及哺乳期間。皆按月通行。不失常道。其有趲前或落後者。皆爲病象。若臨期不至。則謂之停經。此時當審其是否有孕。苟無妊娠現象。其爲病態無疑。較之趲前落後·尤爲重大。不可不加以注意。蓋經停不行。在初期或無何種不快之感。而種種之重大證候。必相織而至也。

經閉之症。按之字義。實包括乾血而言。惟習慣上經閉與乾血分爲二症。其意指普通之停經謂經閉。子宮結核謂乾血。二者惟同爲月病不至。其病源不同。見證亦大異。粗工於此。每混雜不分。往往誤事。

月經停止之原因。大約可分爲三類。其一由於身體之虛弱。或因營養不足。或因各種之慢性疾病。以致血液虧耗。成爲貧血現象。致月經停止。其二由於泌尿及生殖器官有疾患。如腎臟炎。糖尿病。萎黃病及子宮結核等。影響於月經。阻止其排泄之道。其三由於精神之感動。如非常之恐怖與悲哀。及極嫌惡妊娠之婦人。月經亦能猝然停止。望文生義。第一類實可屬於乾血。乃乾血一症·僅限於子宮結核。此命名之誤。亦由對於病原無切實之認識所致也。以乾血爲病名。其義亦有欠穩之處。人身血液。所以灌漑百體。洒陳六腑。血盛則體壯。血少則體弱。若血而至於乾。則循環作用。全部停止。尙有生命之可言耶。此蓋狀其血之不足耳。非眞乾枯不行也。

治瘵之法。當辨其虛實。虛者宜養營補血。實者宜行滯導瘀。其受精神上之影響者。則以安靜爲第一義。乾血一症。有虛有實。如病原尙在局部。可從實症下藥。若已現虛勞之象。則又以補養爲先。當從虛症調治矣。

□女子常有的幾樣病(中)

帶下的病。尼姑。寡婦。巳經出嫁的女人爲多。白帶當補脾胃的元氣。加些疎肝的藥。完帶湯可用。青帶可以解泄肝經之火加減逍遙散可用。黃帶可補任脈而清腎經之火旺。易黃湯可用。黑帶火症居多。是難得有的。可用利火湯。赤帶宜清肝火而補脾。可用清肝止淋湯。

血崩一症。有虛實的分明。實症乃是火旺。或大怒之後。宜用苦泄。像黃苓黃連地楡生地白芍茜草等炭。虛症多在勞倦之後。可用固本止崩湯。老年女人赤帶。血崩。總是帶脈虛虧。或素有停積的瘀血化熱損傷營分所致。用安老湯加減。喩嘉言先生謂老婦崩帶名脫榮。宜大補氣血。

癥瘕(即肚裏的塊)。堅硬者。有一定處所者。爲癥。忽聚忽散。沒有定處者。爲瘕。治法總宜理氣和營。腸覃。石瘕。這兩種病。像懷胎的模樣。腸覃乃寒氣內積。或一種水氣趁女人洗下部的時候。流入精竅。後來隨卽受男性之交合衝動。那種水寒之氣就夾着流入之精虫。發生一種逐漸膨脹的氣球。形狀如懷胎一樣。到底時常作痛。女性的乳頭不黑。乳房不大。可以辨別窄宜用二陳湯加破血散氣的藥。這種疾病很多。切不可誤認爲懷胎。一般歡喜乾淨的少婦。時常用水洗下部的。最容易有這種病。因爲洗下部的時候。水過熱則不便。冷則卽易受寒。身體弱的人。更容易成病。經期的時候。更要留心。石瘕不過比較腸覃堅硬一點。偏於血分。故比較堅硬一點。(未完)

問病須知

(一)本報醫藥顧問欄。近因問病函件。積叠如山。仝人等雖日夜答覆。一時實難清理。對於以後問病函件，不得不另訂新章。以示限制。

(二)今後如定戶欲問病者。本埠須附郵五角。外埠一元。以示限制。空函概不答覆。非定戶本埠一元。外埠二元。問病者須詳述「男女性別」「何時起病」「經過治療」「現在症狀」方能處方答覆。而不致有誤也。

(三)凡定戶來函問病時。除照章納費外。並須寫明定單號碼。否則。作非定戶論。

普通病

胃病養生法(下)

(郭人驥)

就餐之時刻。如上所述。健康之胃。終結食物之消化。約須五小時，與少首餐與次餐之間隔。必須五小時。然若至五小時。卽行進食。則胃之一日工作。須持續十五小時。尙須較此稍多三十分乃至一小時間。以此時間爲胃之休息時間。則胃之下次工作•必極佳良。且也胃之運動。爲一種機械的工作•長期休息之後。卽晨起之工作最佳。日中工作稍遂。晚間更弱。其工作殆遲鈍化。餐事之間隔時間，午後不可不較午前爲久。故自理想上言之。朝食與晝食之間隔。須五時半。晝食與晚食間隔。須六小時。然實際上餐事之時刻。不甚適合於此理想之時刻。合理的時刻。必當朝食七時。晝食十二時半。晚食六時半。普通習慣。大抵朝食八時。晝食十二時半。尙無大差。（晨餐爲粥。消化時間較短。）晚食六時。在冬令每於五時巳就食。不亦有悖於攝生之道乎。

次言滋養物之問題。邇來羣知無注意。論醫者饗常人。咸知牛乳牛肉汁雞卵。爲最良之滋養品。斯固然矣。抑知米麥蔬菜亦爲滋養品。豆與蓮子之滋養價。決不弱於牛乳與雞卵等。惟因牛乳雞卵等。易於消化。頗宜於虛弱之胃。然以施之胃不弱之病人。漸漸有減弱其消化力之弊。吾非排斥牛乳與雞卵也。第以消化力充足者。不可依賴此等食物。當希望於普通之食養。世有減飯一碗而代以牛乳一杯者。實大誤也。蓋一碗飯之滋養價。實勝於牛乳一杯。健康人之與牛乳。不過如茶止渴而已。又奚益也。

欲求胃養生上之三味。惟在強胃之方法。必不可造成薄弱之胃。務使其消化力強大爲佳。蓋胃之強弱。端頼人之習慣。若有虛弱之習慣。則日就虛弱耳。減三碗之飯而爲二碗。而代以牛乳。則胃釀成不堪三碗消化之習慣。身體因營養不足而致衰弱。反之勵行加餐之結果。胃必日漸強壯。是則其轉弱爲強。端頼於習慣鍛鍊。歐州之學者。雖主保護胃。然亦圖鍛鍊胃。必須逐漸養成其良好之習慣也。

凡人多以節制食物爲最良之衞生法。此實消極的衞生思想。彼以爲鄉中老翁老嫗之能保持其長壽者。非在鍵全。而在節食•噫。彼何知渠等之早起宴息。勤於耕織。呼吸新鮮之空氣。並有良好之運動。凡人所不得之衞生法。皆得自然邁守之。蓋亦注意於斯歟。是以彼之取消極的衞生法者。過於慣重。毫不與以較難消化之食物。務求節食。以致小兒每起便秘。稍有變更。卽覺胃痛而起下痢。致成爲虛弱之子。夫常人之肌膚。冒霜露。犯風雪。始能不受風寒。彼之胃臟不能消堅固之食物者。決不能視爲健全之身體也。然亦不能驟加變更。否則。更陷於不良之境。必也。徐徐改變方針。俟一二年後。始可不擇物而食之。兵家所謂以我待敵。毋爲敵所乘。宜以此義深銘於腦中。始克奏鍛鍊之功効。

總之。胃在吾人身體中爲最要之器官。譬猶國之財政機關。必須期望其充份健全。欲預防他種器官之疾病。首須健胃以圖胃盛身體之營養爲必要。西誓有言。健全之精神。宿於健全之身體。毋甯謂精神之健康。實基於胃之健康。豈過言哉。

□瘧疾自療法(三)

朱振聲

(三)溼瘧之自療法

原因 久受陰溼。溼邪伏於脾經。偶有所觸而發。

症狀 一身盡疼。手足沈重。有汗。脹逆嘔滿。脈緩鈍而不弦。

治療 宜宣化太陰。使溼除而瘧平。

處方 製川朴一錢 炒蒼朮一錢 姜半夏二錢 花檳榔錢半 藿香葉二錢 白蔻仁六分 淡黃芩一錢 陳皮一錢 生苡仁四錢 艸菓仁八分 生姜三斤

(四)食瘧之自療法

原因 飲食失節。飢飽不常。穀氣乖亂。營衞失和。一有不謹。則外邪冒之。遂成瘧疾。

症狀 寒已復熱。熱已復寒。寒熱交併。噫氣惡食。食則吐逆。胸滿腹脹。脈滑有力。

治療 宜平胃導滯。

處方 製川朴一錢 炒蒼朮一錢 焦查肉三錢 杜藿香二錢 煨草菓一錢 炒六曲三錢 陳廣皮一錢 炙內金錢半 粉甘草八分